సాక్షి కర్నూలు

శనివారం, 2, మార్చి, 2024



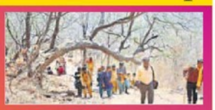
ఎస్సార్బీసీకి నీరు విడుదల

పాణ్యం: ఎమ్మెల్యే కాటసాని రాంభూపాల్‌రెడ్డి సూచనల మేరకు ఎస్సార్బీసీ ఆయకట్టు కింద సాగు చేసిన మిరప పంటకు చివరి తడి నీటిని గోరుకల్లు నుంచి శుక్రవారం విడుదల చేశారు.



భక్తులకు ఉచిత బస్సులు

శ్రీశైలంటెంపుల్: బ్రహ్మోత్సవాలకు వచ్చిన భక్తులు పార్కింగ్ ప్రదేశాల నుంచి ఆలయానికి, వసతి గదులకు చేరుకునేలా దేవస్థానం 10 ఉచిత బస్సులను అందుబాటులో ఉంచింది.



నల్లమల మీదుగా..

శ్రీశైలంలో మహాశివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాలను పురస్కరించుకుని భక్తులు నల్లమల అటవీ మార్గం గుండా శ్రీభ్రమరాంబా మల్లికార్జున స్వామివార్ల చెంతకు చేరుకుంటున్నారు.

IIలో▸

న్యూస్‌రీల్

పోలింగ్ స్టేషన్ల మార్పునకు ప్రతిపాదనలు

- రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులకు వివరించిన కలెక్టర్ డాక్టర్ జి.సృజన



మాట్లాడుతున్న కలెక్టర్ సృజన

కర్నూలు(సెంట్రల్): పోలింగ్‌స్టేషన్ల పేరు, ప్రాంతం మార్పులకు సంబంధించిన ప్రతిపాదనలను శనివారం రాష్ట్ర ఎన్నికల ప్రధాన అధికారికి పంపుతున్నట్లు కలెక్టర్ డాక్టర్ జి.సృజన రాజకీయ పార్టీ నేతలకు వివరించారు. శుక్రవారం కలెక్టరేట్‌లోని తన చాంబరులో ఆమె ఓటర్ల జాబితా, పోలింగ్ స్టేషన్లలో సదుపాయాలు తదితర అంశాలపై రాజకీయ పార్టీ నేతలతో సమావేశమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ.. పోలింగ్‌స్టేషన్ల పేరు, ప్రాంతం మార్పులకు సంబంధించి ఏమైనా అభ్యంతరాలు ఉంటే శుక్రవారం సాయంత్రంలోపు తెలపాలని కోరారు. ఎన్నికల కమిషన్ ఆదేశాల మేరకు ఎన్నికల నిర్వహణకు సంబంధించిన అన్ని బృందాలకు శిక్షణ కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ ప్రకటించిన తరువాత ఓటరు జాబితాలో తొలగింపుల ప్రక్రియ ఉండబోదన్నారు. సీజనల్‌గా వలస వెళ్లి వచ్చే వారి ఓట్లను తొలగించడం లేదని స్పష్టం చేశారు. ఒకే ప్రాంతంలో 4, 5 పోలింగ్ స్టేషన్‌లు ఉంటే వాటన్నింటికీ కలిపి ఒకే ర్యాంపును ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఎక్కడైనా ర్యాంపు, టాయిలెట్లు, రన్నింగ్ వాటర్ లేకపోతే తమ దృష్టికి తీసుకురావాలన్నారు. సమావేశంలో డీఆర్వో కె.మధుసూదన్‌రావు, ఎన్నికల విభాగం సూపరింటెండెంట్ మురళి పాల్గొన్నారు.

మోడల్ స్కూళ్లలో ప్రవేశానికి దరఖాస్తుల ఆహ్వానం

- ఏప్రిల్ 21న ప్రవేశ పరీక్ష

కర్నూలు కల్చరల్: ఆంధ్రప్రదేశ్ మోడల్ స్కూల్స్‌లో 2024–25 విద్యా సంవత్సరానికి 6వ తరగతిలో ప్రవేశాలకు దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తున్నట్లు జిల్లా విద్యాశాఖాధికారి కె.శామ్యూల్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈనెల 3 వ తేదీ నుంచి ఆన్‌లైన్‌లో దరఖాస్తు చేసుకోవాలని పేర్కొన్నారు. ఏప్రిల్ 21వ తేదీ ఉదయం 10 నుంచి మధ్యాహ్నం 12 గంటలకు వరకు మండలాల్లో ఉన్న మోడల్ సూల్స్‌లో పరీక్ష జరుగుతుందని తెలిపారు. 5వ తరగతి స్థాయిలో సిలబస్‌తో పాటు తెలుగు/ఇంగ్లిష్ మీడియంలో ప్రవేశ పరీక్ష ఉంటుదని పేర్కొన్నారు. ఈ పాఠశాలల్లో ఇంగ్లిష్ మీడియంలో మాత్రమే విద్యాబోధన జరుగుతుందని తెలిపారు. ఉచితంగా చదువుకునే అవకాశం ఉందని పేర్కొన్నారు. ప్రవేశ పరీక్షకు ఓసీ, బీసీ విద్యార్థులు రూ.150, ఎస్సీ, ఎస్టీ విద్యార్థులు రూ.75 ఫీజు చెల్లించాలని పేర్కొన్నారు.www.cse.ap.gov.in,https://apms. apcfss. in వెబ్‌సైట్‌ల ద్వారా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని పేర్కొన్నారు.

రబీలో 17 మండలాల్లో కరువు

కర్నూలు(అగ్రికల్చర్): 2023–24 రబీ సీజన్‌కు సంబంధించి జిల్లాలో 17 మండలాల్లో కరువు నెలకొన్నట్లు స్పష్టమవుతోంది. ఈ మేరకు జిల్లా యంత్రాంగం శుక్రవారం రబీ కరువు మండలాలు ప్రకటించేందుకు ప్రభుత్వానికి ప్రతిపాదనలు పంపింది. కర్నూలు రూరల్, కర్నూలు అర్బన్, కల్లూరు, కోడుమూరు, గూడూరు, ఓర్వకల్, ఆదోని, వెల్దుర్తి, మంత్రాలయం, ఆలూరు, ఆస్పరి, చిప్పగిరి, హాలహర్వి, హొళగుంద, పత్తికొండ, మద్దికెర, తుగ్గలి మండలాల్లో కరువు ప్రభావం ఉన్నట్లు జిల్లా యంత్రాంగం నిర్ధారించింది. పత్తికొండ, చిప్పగిరి మండలాల్లో మధ్యస్తంగా, మిగిలిన 15 మండలాల్లో తీవ్ర కరువు ఉన్నట్లు ప్రభుత్వానికి పంపిన ప్రతిపాదనల్లో జిల్లా యంత్రాంగం పేర్కొంది. వర్షాధారం పంటలను పరిగణలోకి తీసుకొని రబీ కరువు మండలాలపై ప్రతిపాదనలు పంపినట్లు తెలుస్తోంది.

కొలువుల వసంతం

- యువతకు భారీగా ఉద్యోగాలిచ్చిన వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వం
- ఉమ్మడి కర్నూలు జిల్లాలో ఐదేళ్లలో 25 వేల మందికి సర్కారు కొలువులు
- తాజాగా పశుసంవర్ధక శాఖలో 240 ఏహెచ్‌ఏ పోస్టుల భర్తీ
- ఒకే కుటుంబంలో ముగ్గురికి అనిమల్ హజ్బెండరీ అసిస్టెంట్ ఉద్యోగాలు
- టీడీపీ హయాంలో 'ఇంటికో ఉద్యోగం' అంటూ మోసం



ఉద్యోగనియామక పత్రం అందజేస్తున్న పశుసంవర్ధక శాఖ జేడీ డాక్టర్ రామచంద్రయ్య

కర్నూలు(అగ్రికల్చర్): ప్రభుత్వ ఉద్యోగం.. నేటి యువత కల.. దీనిని వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వం నెరవేర్చింది. గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా యువతకు ఉద్యోగాలు ఇచ్చింది. ప్రభుత్వం విడుదల చేసిన నోటిఫికేషన్ల ద్వారా ఉమ్మడి కర్నూలు జిల్లాలో ఐదేళ్లలో 25 వేల మందికి ఉద్యోగాలు లభించాయి. ఆయా కుటుంబాల్లో సంతోషాలు వెల్లివిరిశాయి. తాజాగా పశుసంవర్ధక శాఖలో 240 ఏహెచ్‌ఏ పోస్టులను భర్తీ చేశారు. ఉద్యోగాలు పొందిన వారికి శుక్రవారం నియామక పత్రాలు అందజేశారు. టీడీపీ హయాంలో 'ఇంటికో ఉద్యోగం' అంటూ చంద్రబాబు నాయుడు నిరుద్యోగులను మోసం చేశారు. ఉద్యోగం ఇవ్వలేక పోతే నిరుద్యోగ భృతి ఇస్తామంటూ నమ్మించి నట్టేట ముంచారు. ఐదేళ్ల కాలంలో రాష్ట్రంలో కేవలం 31 వేలు పోస్టులు మాత్రమే భర్తీ చేశారు. వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వం గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా నిరుద్యోగులకు భారీగా ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పించింది. గ్రామ, వార్డు సచివాలయాలు ఏర్పాటు చేసి రాష్ట్రం మొత్తం మీద 2.34 లక్షల మందికి ఉద్యోగాలు ఇచ్చింది.

ఏహెచ్‌ఏ పోస్టుల భర్తీ

పశుసంవర్ధకశాఖలో ఉమ్మడి జిల్లాకు సంబంధించి 252 అనిమల్ హజ్బెండరీ అసిస్టెంట్ (ఏహెచ్‌ఏ) పోస్టుల భర్తీకి ప్రభుత్వం నోటిఫికేషన్ ఇచ్చింది. ప్రస్తుతం 240 పోస్టులు భర్తీ చేస్తూ ఉత్తర్వులు జారీ అయ్యాయి. గురువారం రాత్రి జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ జి.సృజన, జాయింట్ కలెక్టర్ నారపురెడ్డి మౌర్య ఏహెచ్‌ఏ పోస్టుల భర్తీకి సంబంధించిన ఫైల్‌పై సంతకాలు చేశారు. ఎంపికైన వారికి పోస్టింగ్ ఉత్తర్వులను జిల్లా పశుసంవర్ధకశాఖ అధికారులు అభ్యర్థులకు మెయిల్ ద్వారా పంపారు. గోనెగండ్ల మండలం పెద్దమరివీడు గ్రామంలో ఒకే కుటుంబంలో ముగ్గురికి ఏహెచ్‌ఏ పోస్టులు లభించాయి. అన్నదమ్ములైన రఘు, జయపాల్‌కు, వీరి చిన్నాన్న కుమార్తె హారతికి ఏహెచ్‌ఏ ఉద్యోగం లభించింది. ఇదిలా ఉండగా.. ఏహెచ్‌ఏ పోస్టుల భర్తీకి నిర్వహించిన పరీక్షల్లో నందవరం మండలం ముగితి గ్రామానికి చెందిన బోయ వంశీ ఐదో ర్యాంకు, పరమాన్‌దొడ్డికి చెందిన గొల్ల రవీంద్ర 7వ ర్యాంకు, పెద్దకడుబూరు మండలానికి చెందిన రాజశేఖర్ 10వ ర్యాంకు సాధించారు.

రికార్డు స్థాయిలో ఉద్యోగాల కల్పన

గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా వైఎస్సార్‌సీపీ పాలనలో ఉమ్మడి కర్నూలు జిల్లాలో రికార్డు స్థాయిలో ఉద్యోగాలు వచ్చాయి. గ్రామ, వార్డు సచివాలయాల ఏర్పాటుతో 18 వేల మందికి, అలాగే వివిధ నోటిఫికేషన్ల ద్వారా మరో ఏడు వేల మందికి ఉద్యోగాలు వచ్చాయి. మొత్తం 25 వేల మంది సర్కారు కొలువులు దక్కించుకున్నారు. తాజాగా పశుసంవర్ధక శాఖ ద్వారా 240 మందికి ఉద్యోగాలు లభించాయి. వైఎస్‌ఆర్‌సీపీ ప్రభుత్వ చొరవతో చిన్న వయస్సులోనే చాలా మంది ఉద్యోగం సంపాదించి జీవితంలో స్థిరపడ్డారు. కుటుంబానికి అండగా నిలిచారు. కాగా.. ఇటీవలే గ్రూపు–2 ప్రిలిమినరీ పరీక్షను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్వహించింది. అలాగే ఉపాధ్యాయ ఉద్యోగాలను భర్తీ చేసేందుకు నోటిఫికేషన్ ఇచ్చిన విషయం తెలిసిందే.

చిన్న వయస్సులోనే ఉద్యోగం వచ్చింది



చిన్న వయస్సులోనే అనిమల్ హజ్బెండరీ అసిస్టెంటుగా ఉద్యోగం లభించడం ఎంతో ఆనందంగా ఉంది. 2020లో నేను 10వ తరగతి పూర్తి చేశాను. బనవాసిలో వెటర్నరీ డిప్లొమా కోర్సు చేశాను. ప్రభుత్వం పశుసంవర్ధక శాఖలో ఏహెచ్‌ఏ ఉద్యోగాల భర్తీకి నోటిఫికేషన్ ఇవ్వడంతో పరీక్ష రాశాను. పరీక్షలో 150 మార్కులకు 93.74 మార్కులు వచ్చాయి. రాష్ట్రంలో నాకు ఐదో ర్యాంకు వచ్చింది. చిత్తశుద్ధితో విధులు నిర్వర్తిస్తా. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇచ్చిన నోటిఫికేషన్లతో వేలాది మందికి ఉద్యోగాలు వచ్చాయి.

– బోయ వంశీ, ముగితి, నందవరం మండలం

కష్టాలు తొలగాయి



మాది నిరుపేద కుటుంబం. మా తల్లిదండ్రులు ఎంతో కష్టపడి చదివించారు. 2020లో 10వ తరగతి పాసై ప్యాపిలి మండలం కొమ్మెమర్రి వెటర్నరీ పాలిటెక్నిక్ కళాశాలలో వెటర్నరీ కోర్సు పూర్తి చేశాను. ప్రభుత్వం ఏహెచ్‌ఏ పోస్టుల భర్తీకి నోటిఫికేషన్ ఇవ్వడంతో పరీక్ష రాసి రాష్ట్రంలో 9వ ర్యాంకు సాధించాను. అధికారులు పోస్టింగ్ ఉత్తర్వులు ఇచ్చారు. ప్రభుత్వ ఉద్యోగం రావడంతో మా కష్టాలు తొలగాయి. యువతకు ఉద్యోగాలు ఇచ్చి ప్రోత్సహించిన సీఎంకు కృతజ్ఞతలు.

– నీలం జయశ్రీ, బండిఆత్మకూరు

చాలా సంతోషంగా ఉంది



ఉద్యోగం రావడం చాలా సంతోషంగా ఉంది. నేను 2019లో పదో తరగతి పాస్ అయ్యాను. వెంటనే ఆళ్లగడ్డలోని బీఎస్ఎన్ఆర్ఎం వెటర్నరీ పాలిటెక్నిక్ కళాశాలలో సీటు వచ్చింది. బాగా చదివి పాస్ అయ్యాను. ప్రభుత్వం ఏహెచ్‌ఏ పోస్టుల భర్తీకి నోటిఫికేషన్ ఇవ్వడం... మొదటి ప్రయత్నంలోనే ఉద్యోగం లభించడం సంతోషంగా ఉంది. వేలాది మంది యువతకు ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ఉద్యోగాలు ఇచ్చారు. మంచి భవిష్యత్తును ఇచ్చిన సీఎంకు రుణపడి ఉంటాం.

– జి.చరిత, పగిద్యాల

పారదర్శకంగా పోస్టుల భర్తీ



అనిమల్ హజ్బెండరీ అసిస్టెంటు పోస్టులను పారదర్శకంగా భర్తీ చేశాం. ఉమ్మడి జిల్లాకు 252 ఏహెచ్‌ఏ పోస్టులు ఇవ్వగా ప్రస్తుతం 240 భర్తీ చేశాం. కోర్టులో ఉండటం వల్ల ఐదుగురిరి ఉద్యోగాల నియామకం పెండింగ్‌లో ఉంది. నలుగురి సర్టిఫికెట్లు తిరస్కరించాం. మిగిలిన పోస్టులకు అభ్యర్థులు లభించలేదు. జిల్లా కలెక్టర్, జాయింట్ కలెక్టర్ ఆమోదం తర్వాత ఏహెచ్‌ఏలుగా ఎంపికైన వారికి మెయిల్ ద్వారా పోస్టింగ్ ఉత్తర్వులు పంపాం. ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొన్న సూచనలను పాటించాలి. ఉద్యోగాలు పొందిన వారందరికి అభినందనలు.

– డాక్టర్ రామచంద్రయ్య, జాయింట్ డైరెక్టర్, జిల్లా పశుసంవర్ధక శాఖ, కర్నూలు

మొదటి రోజు ప్రశాంతం

- ప్రారంభమైన ఇంటర్ పరీక్షలు
- 714 మంది గైర్హాజరు



పరీక్ష కేంద్రం వద్ద విద్యార్థినులు

కర్నూలు కల్చరల్: ఇంటర్మీడియట్ పబ్లిక్ పరీక్షలు శుక్రవారం ప్రారంభమయ్యాయి. జిల్లా వ్యాప్తంగా 69 కేంద్రాల్లో ఉదయం 9 నుంచి మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు పరీక్షలు జరిగాయి. మొదటి రోజు ఇంటర్ మొదటి సంవత్సరం సెకండ్ లాంగ్వేజ్ పరీక్షకు మొత్తం 23,120 మంది విద్యార్థులకు 22,406 మంది హాజరు కాగా, 714 మంది గైర్హాజరయ్యారు. ఎక్కడ ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా ప్రశాంతంగా పరీక్షలు నిర్వహించారు. ఆర్ఐవో గురవయ్య శెట్టి, డీవీఈవో జమీర్ బాషా, డీఈసీ సభ్యులు లాలెప్ప, పరమేశ్వరరెడ్డి, ప్రభు చరణ్, ఫ్లైయింగ్ స్క్వాడ్, సిట్టింగ్ స్క్వాడ్ బృంద సభ్యులు మొత్తం 31 పరీక్ష కేంద్రాలను సందర్శించి పరీక్షల నిర్వహణను పరిశీలించారు. మొదటి రోజు పరీక్షలు ప్రశాంతంగా జరిగాయని ఆర్ఐవో గురవయ్య శెట్టి తెలిపారు. అందరూ సకాలంలో పరీక్ష కేంద్రాలకు చేరుకున్నారన్నారు. దివ్యాంగుల విద్యార్థుల కోసం కర్నూలులో బీక్యాంప్ ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల, ఆదోనిలో ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్ కళాశాల, ఎమ్మిగనూరులో బాలుర ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలల్లో పరీక్ష కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేశామన్నారు. దివ్యాంగ విద్యార్థులు కేవలం ప్రభుత్వ కళాశాలల్లోనే పరీక్షలు రాయాలని, ప్రైవేట్ కళాశాలలకు అనుమతి లేదన్నారు.



పరీక్ష రాస్తున్న విద్యార్థులు

కర్నూలు నియోజకవర్గ సమన్వయకర్తగా ఇంతియాజ్

వైఎస్సార్ విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పిస్తున్న ఇంతియాజ్, ఎమ్మెల్యే హాఫీజ్‌ఖాన్, మాజీ ఎమ్మెల్యే ఎస్వీ మోహన్‌రెడ్డి తదితరులు



- వైఎస్సార్‌సీపీ శ్రేణుల్లో నూతనోత్సాహం
- నగరంలో భారీ ర్యాలీ

కర్నూలు (టౌన్): వైఎస్సార్‌సీపీ కర్నూలు అసెంబ్లీ నియోజకవర్గ సమన్వయకర్తగా ఎ.ఎం.డి. ఇంతియాజ్‌ను ఆ పార్టీ అధిష్టానం నియమించింది. ఈ మేరకు పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయం శుక్రవారం రాత్రి ఒక ప్రకటన విడుదల చేసింది. కర్నూలు జిల్లా కోడుమూరు వాసి ఆయన ఇంతియాజ్ బీటెక్ పూర్తి చేసి, 1993లో కమర్షియల్ టాక్స్ ఆఫీసర్‌గా ఉద్యోగంలో చేరారు. వృత్తిలో అంచెలంచెలుగా ఎదిగి 2009లో ఐఏఎస్ హోదా సాధించారు. 2019 ఫిబ్రవరి నుంచి 2021 జూన్ వరకు విజయవాడ కలెక్టర్‌గా పనిచేశారు. సెర్ప్ సీఈవోగా, మైనార్టీ వెల్ఫేర్ విభాగం ప్రిన్సిపల్ కార్యదర్శిగా సేవలు అందించారు. కర్నూలులో పేదల డాక్టర్‌గా పేరుగాంచిన కేఎం హాస్పిటల్ అధినేత డాక్టర్ ఇస్మాయిల్‌కు ఇంతియాజ్ స్వయానా అల్లుడు. వీరి కుటుంబానికి కర్నూలు నగరంలో మంచి పేరు ఉంది. బుధవారం స్వచ్ఛంద పదవీ విరమణ చేసిన ఇంతియాజ్ .. గురువారం సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్ రెడ్డి సమక్షంలో వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిన విషయం తెలిసిందే. కర్నూలు నియోజకవర్గ సమన్వయకర్తగా నియమించడంతో శుక్రవారం నగరంలో ఎమ్మెల్యే హాఫీజ్‌ఖాన్, మాజీ ఎమ్మెల్యే ఎస్వీమోహన్ రెడ్డి, పార్టీ నేతలతో కలసి ఆయన ర్యాలీ నిర్వహించారు. వైఎస్సార్ విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు.

సీఎం పర్యటనకు పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు

- 4న న్యాయ విశ్వవిద్యాలయానికి శంకుస్థాపన



అధికారులకు సూచనలు ఇస్తున్న మంత్రి బుగ్గన

కర్నూలు(సెంట్రల్): ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ఈ నెల 4వ తేదీన కర్నూలు రానున్నారని, పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు చేయాలని అధికారులను జిల్లా ఇన్‌చార్జి మంత్రి, ఆర్థిక శాఖమంత్రి బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్‌రెడ్డి ఆదేశించారు. దేశంలో రెండో జాతీయ న్యాయ విశ్వవిద్యాలయానికి కర్నూలులోని జగన్నాథగట్టులో సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి శంకుస్థాపన చేయనున్నట్లు చెప్పారు. శుక్రవారం సాయంత్రం జగన్నాథగట్టులో సీఎం పర్యటన ఏర్పాట్లను జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ జి.సృజన, ఎస్పీ జి.కృష్ణకాంత్, జేసీ నారపురెడ్డి మౌర్యతో కలసి రాష్ట్ర ఆర్థిక శాఖ మంత్రి పరిశీలించారు. శంకుస్థాపన చేయనున్న పైలాన్, వేదిక, హెలిపాడ్ ఏర్పాటుపై అధికారులతో చర్చించారు. వేలాదిమంది అభిమానులు వచ్చే అవకాశం ఉందని, అందుకు అనుగుణంగా ఏర్పాట్లు చేయాలని అధికారులకు సూచించారు. పైలాన్‌కు ఇరువైపులా బ్యాక్‌డ్రాప్ ఏర్పాటు చేసేలా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. హెలిపాడ్ ఏర్పాటు చేసే ప్రాంతంలో లెవెలింగ్ పనులను కలెక్టర్ మంత్రికి వివరించారు. శనివారం సాయంత్రం లోపు సీఎం పర్యటనకు సంబంధించిన అన్ని ఏర్పాట్లను పూర్తి చేస్తామని కలెక్టర్ తెలిపారు. కార్యక్రమంలో ఆర్‌డీఓ శేషిరెడ్డి, ఆర్అండ్‌బీ ఈఈ సురేష్‌బాబు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రూ. 10 కోట్లతో టమాట ప్రాసెసింగ్ యూనిట్

- భూమిపూజ చేసిన ఎమ్మెల్యే కంగాటి శ్రీదేవి



భూమి పూజ చేస్తున్న ఎమ్మెల్యే కంగాటి శ్రీదేవి

పత్తికొండటౌన్: టమాట రైతుల కల నెరవేరబోతోందని, రూ. 10 కోట్ల టమాట ప్రాసెసింగ్ యూనిట్ ఏర్పాటు కాబోతోందని పత్తికొండ ఎమ్మెల్యే కంగాటి శ్రీదేవి తెలిపారు. పత్తికొండ–హోసూరు గ్రామాల మధ్య టమాట ప్రాసెసింగ్ యూనిట్‌కు శుక్రవారం ఆమె భూమిపూజ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ.. గత 30 ఏళ్లుగా పత్తికొండ నియోజకవర్గం నుంచి ఎన్నికైన ప్రజాప్రతినిధులు రాష్ట్రస్థాయిలో మంత్రులుగా, డిప్యూటీ సీఎంలుగా పనిచేసినా ఈ ప్రాంత రైతుల కల నెరవేర్చలేకపోయారన్నారు. కేవలం ఎన్నికలు వచ్చినప్పుడు మాత్రమే ఓట్లు వేయించుకునేందుకు టమాట జ్యూస్ ఫ్యాక్టరీ ఏర్పాటు చేస్తామని హామీలు ఇచ్చి పబ్బం గడుపుకునేవారని విమర్శించారు. సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ఇచ్చిన హామీ మేరకు మూడు నెలల్లోనే టమాట ప్రాసెసింగ్ యూనిట్‌కు అడుగులు పడ్డాయన్నారు. ఆరు నెలల్లో యూనిట్ ఏర్పాటు పూర్తవుతుందన్నారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో గెలుపొంది జగనన్న మళ్లీ సీఎం అవుతారని, పనులు పూర్తయిన తర్వాత టమాట ప్రాసెసింగ్ యూనిట్‌ను ప్రారంభిస్తామని ప్రజల హర్షధ్వానాల మధ్య ఎమ్మెల్యే ప్రకటించారు. నిరంతరం ప్రజల మధ్యలో ఉండి అభివృద్ధి కోసం పాటుపడే తమపై అనవసర నిందారోపణలు చేస్తే ప్రజలే వారికి తగిన బుద్ధి చెపుతారని హెచ్చరించారు. కార్యక్రమంలో ఏపీఎంఐపీ జిల్లా పీడీ ఉమాదేవి, తహసీల్దార్ మాధవరాజు, సీఐ మురళీమోహన్, జెడ్పీటీసీ సభ్యురాలు ఉరుకుందమ్మ, ఎంపీపీ నారాయణదాసు, హోసూరు గ్రామ సర్పంచ్ నాగప్ప, ఎంపీటీసీ సభ్యులు నెట్టేకల్లు, కేశప్ప, నీలకంఠ, వైఎస్సార్‌సీపీ జిల్లా ప్రధానకార్యదర్శి శ్రీరంగడు, బీసీ సెల్ జిల్లా అధ్యక్షుడు సోమశేఖర్, మండల కన్వీనర్ కారం నాగరాజు, ఎస్సీసెల్ జిల్లా అధ్యక్షుడు భాస్కర్‌నాయక్, వైఎస్సార్‌సీపీ నాయకులు బనగాని శ్రీనివాసులు, మోహన్‌క్రిష్ణ, పల్లెప్రతాప్‌రెడ్డి, గాంధీరెడ్డి, చక్రాళ్ల శ్రీరాములు, రహిమాన్, పెద్దహుల్తి నాగరాజు, రంగానాయక్ పాల్గొన్నారు.



దేవతలారా.. రారండి!

'మహాశివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాలకు దేవతలారా రారండి' అంటూ దేవస్థాన అధికారులు, ఆలయ అర్చకులు ఆహ్వానం పలికారు. బ్రహ్మోత్సవాలకు సారథ్యం వహించాలని బ్రహ్మదేవుడిని, స్వామిఅమ్మవార్ల కల్యాణోత్సవంలో కన్యాదానం చేయాలని మహావిష్ణువును ఆహ్వానించారు. పరమశివుడి వాహనమైన నందిని చిత్రీకరించిన ధ్వజపతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా మొదటి రోజు యాగశాల ప్రవేశం చేశారు. పండితులు వేదస్వస్తి అనంతరం పుణ్యాహవచనం, చండీశ్వరపూజ జరిపించారు. కంకణాలకు శాస్త్రోక్తంగా పూజాదికాలు జరిపి కార్యనిర్వహణాధికారి ధరించారు. రుత్విగ్వరణం, అఖండస్థాపన, వాస్తుపూజ, వాస్తుహోమం, రుద్రకలశ స్థాపన, పంచవరణార్చనలు చేశారు. సాయంత్రం 7 గంటలకు ధ్వజారోహణ, భేరిపూజ కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు.

– శ్రీశైలంటెంపుల్



ఆలూరు రూరల్: నిట్రవట్టి గ్రామంలో వృద్ధురాలు గంగమ్మకు పింఛన్ అందిస్తున్న వలంటీర్ బసవరాజు



కోడుమూరు రూరల్: ప్యాలకుర్తిలో మెహరున్నీసాకు వృద్ధాప్య పింఛన్ అందజేస్తున్న వలంటరీ హమీద్



తుగ్గలి: పెండేకల్లులో దివ్యాంగుడు పులికొండకు పింఛన్ అందజేస్తున్న వలంటీర్ అఖిలాండేశ్వరి



కర్నూలు: గణేష్ నగర్‌లో వృద్ధురాలు సావిత్రమ్మకు పింఛన్ అందిస్తున్న వలంటీర్ రేష్మి

పండుగలా పింఛన్ల పంపిణీ

- అవ్వాతాతల ముఖాల్లో వెల్లివిరిసిన సంతోషం

కర్నూలు(అగ్రికల్చర్): వైఎస్సార్ పెన్షన్ కానుక పంపిణీ కార్యక్రమం శుక్రవారం పండుగలా సాగింది. అర్బన్, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో తెల్లవారు జామున ఐదు గంటలకే వార్డు, గ్రామ వలంటీర్లు లబ్ధిదారుల ఇళ్లకు వెళ్లి గుడ్ మార్నింగ్ చెప్పి పింఛన్ మొత్తాన్ని అందజేశారు. పింఛన్ల పంపిణీలో ఎటువంటి సమస్యలు ఉత్పన్నం కాకుండా డీఆర్‌డీఏ–వైకేపీ ప్రాజెక్టు డైరెక్టర్ సలీమ్‌బాషా, డీఆర్‌డీఏ ఏవో షరీఫ్ పర్యవేక్షించారు. జిల్లాలో 2,47,546 మంది లబ్ధిదారులు ఉండగా.. మొదటి రోజున సాయంత్రం 5 గంటల సమయానికి 1,46,743 మందికి పింఛన్లు అంజేశారు. వేలిముద్రలు, ఐరీష్ నమోదు కాని వారికి ముఖ గుర్తింపు ద్వారా పింఛన్లు పంపిణీ చేస్తున్నారు. ఈ నెల 5వ తేదీ వరకు పింఛన్లు పంపిణీ చేయనున్నారు.



చిప్పగిరి: నంచర్ల గ్రామంలో వెంకటన్నకు వృద్ధాప్య పింఛన్ ఇస్తున్న గ్రామ వంటీర్ పద్మ

క్లుప్తంగా

లీజు ఒక చోట.. తవ్వకాలు మరో చోట



బాసరదొడ్డి వద్ద గ్రానైట్ క్వారీని తనిఖీ చేస్తున్న జిల్లా మైనింగ్ అధికారులు

కర్నూలు (న్యూటౌన్): పెద్దకడబూరు మండలం బాసరదొడ్డి గ్రామంలో సర్వే నంబర్ 430లో లీజు తీసుకుని.. మరోచోట గ్రానైట్‌ను తవ్వుతున్నట్లు తమ పరిశీలనలో తేలిందని జిల్లా మైనింగ్ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ టి రాజశేఖర్ తెలిపారు. శుక్రవారం ఆయన విలేకరులతో మాట్లాడుతూ.. లీజు లేని ప్రాంతంలో ఒక టిప్పర్‌ను స్వాధీనం చేసుకుని పెద్దకడబూరు పోలీస్ స్టేషన్‌కు తరలించామన్నారు. అక్రమంగా గ్రానైట్ తరలిస్తున్న వ్యక్తులపై పూర్తిస్థాయిలో విచారణ చేపట్టి చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. తనిఖీల్లో జిల్లా మైనింగ్ విజిలెన్స్ ఏడీ బైరాగినాయుడు, టెక్నికల్ అసిస్టెంట్ దిలీప్, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సోషల్ ఆడిట్‌కు ఈ-క్రాప్ బుకింగ్ జాబితాలు

కర్నూలు(అగ్రికల్చర్): 2023-24 రబీ సీజన్‌కు సంబంధించి ఈ-క్రాప్ బుకింగ్ జాబితాలను సోషల్ ఆడిట్‌కు పెట్టారు. శుక్రవారం పంటల నమోదు జాబితాలను ఆర్‌బీకేల్లో రైతుల పరిశీలనకు ఉంచారు. ఈ నెల 5 వరకు ఆర్‌బీకేల్లో సామాజిక తనిఖీల కోసం జాబితాలు పెట్టామని రైతులు తమ పేర్లు, సాగు చేసిన పంటల వివరాలు తదితరాలన్నీ పక్కాగా ఉన్నాయా.. అదా అనే విషయాలు తెలుసుకోవాలని జిల్లా వ్యవసాయ అధికారి పీఎల్ వరలక్ష్మి తెలిపారు. అభ్యంతరాలు ఉంటే వెంటనే రాతపూర్వకంగా సంబంధిత రైతు భరోసా కేంద్రాల ఇన్‌చార్జీలకు ఇవ్వాలన్నారు. ఈ-క్రాప్ నమోదుకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఉందని, రైతులు ముందే సరిచూసుకోవాలని శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.

దాడి చేసిన చిరుతపులి ఇదే



సీసీ కెమెరాల్లో కనిపించిన చిరుతపులి

మహానంది: మహానంది సమీపంలోని నల్లమల అడవిలో ఫిబ్రవరి 25వ తేదీన అటవీశాఖ ప్రొటెక్షన్ వాచర్ అజీమ్‌బాషపై చిరుతపులి దాడి చేసిన విషయం తెలిసిందే. నల్లమలలోని లెపర్డ్ బేస్ క్యాంపు వద్ద విధుల్లో ఉండగా చిరుతపులి దాడిలో తీవ్రంగా గాయపడ్డాడు. ఈ మేరకు అజీమ్‌బాష గురువారం వరకు నంద్యాల ప్రభుత్వాస్పత్రిలో చికిత్స పొందుతూ ఇంటికి చేరాడు. ఇదిలా ఉండగా లెపర్డ్ బేస్ క్యాంపు ఏర్పాటు చేసిన సీసీ కెమెరాల్లో చిరుతపులిని అటవీశాఖ అధికారులు గుర్తించారు. బేస్ క్యాంప్ చుట్టూ తిరిగినట్లు కెమెరాలో రికార్డు అయ్యింది.

రెండు సొసైటీల రిజిస్ట్రేషన్లు రద్దు

నంద్యాల (సెంట్రల్): నంద్యాల జిల్లాలోని గోస్పాడు మండలం సాంబవరం గ్రామానికి చెందిన శ్రీ రాజరాజేశ్వరి లేబర్ కాంట్రాక్ట్ కో-ఆపరేటివ్ సొసైటీ, కోవెలకుంట్ల మండలం కలుగొట్ల గ్రామానికి చెందిన కలుగొట్ల స్టోన్ కట్టర్స్ ఎల్‌సీసీయెస్ లిమిటెడ్ సహకార సంఘాల రిజిస్ట్రేషన్లు రద్దు చేసినట్లు జిల్లా సహకార శాఖ అధికారి వెంకటసుబ్బయ్య శుక్రవారం ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు.

'విద్యా దీవెన'తో ఉన్నత భవిష్యత్తు

- జిల్లాలో 32,250 తల్లుల ఖాతాల్లో రూ.23.59 కోట్ల జమ
- మెగా చెక్కును అందించిన కలెక్టర్, ఎమ్మెల్యే



విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులకు మెగా చెక్కును అందజేస్తున్న కలెక్టర్ డాక్టర్ జి.సృజన, పాణ్యం ఎమ్మెల్యే కాటసానిరాంభూపాల్‌రెడ్డి

కర్నూలు(సెంట్రల్): జగనన్న విద్యా దీవెన పథకం పేద విద్యార్థులకు ఉన్నత భవిష్యత్తును అందిస్తోందని పాణ్యం ఎమ్మెల్యే కాటసాని రాంభూపాల్‌రెడ్డి అన్నారు. దేశంలో ఏ రాష్ట్రంలో లేని విధంగా సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి పూర్తి స్థాయి ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ అమలు చేస్తున్నారన్నారు. శుక్రవారం సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి కృష్ణా జిల్లా పామర్రు నుంచి జగనన్న విద్యా దీవెన పథకంలో భాగంగా అక్టోబర్ 2023 నుంచి డిసెంబర్ 2023 త్రైమాసికానికి సంబంధించిన నిధులను బటన్ నొక్కి తల్లుల ఖాతాల్లో జమ చేశారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని కలెక్టరేట్ నుంచి వర్చువల్‌గా కలెక్టర్ డాక్టర్ జి.సృజన, ఎమ్మెల్యే కాటసాని రాంభూపాల్‌రెడ్డి, డిప్యూటీ మేయర్ రేణుకారెడ్డి, గ్రంథాలయసంస్థ జిల్లా చైర్మన్ సుభాష్ చంద్రబోస్, ఈడిగ కార్పొరేషన్ డైరక్టర్ కల్పన, కటిక కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ కటికె గౌతం, కర్నూలు మునిసిపల్ కార్పొరేషన్ 25వ వార్డు కౌన్సిలర్ సత్యనారాయణమ్మ, సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ జేడీ రంగలక్ష్మీ దేవి, బీసీ సంక్షేమ శాఖ అధికారి వెంకటలక్ష్మి, గిరిజన సంక్షేమ అధికారి శ్రీనివాస రావు, లబ్ధిదారులైన విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులు వీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే కాటసాని మాట్లాడుతూ...చదువుతోనే పేదరికాన్ని దూరం చేయవచ్చని, అందుకోసమే సీఎం వైఎస్ జగన్ విద్య కోసం ఎంత ఖర్చుకైనా వెనుకాడడం లేదన్నారు. ఐదేళ్లలో విద్యపై రూ. 75 లక్షల కోట్లను ఖర్చు చేశారన్నారు. అమ్మ ఒడి, విద్యా కానుక, నాడు-నేడు, జగనన్న విదేశీ విద్యా పథకాల ద్వారా పేద విద్యార్థులను ప్రభుత్వం ఆదుకుంటోందన్నారు. అనంతరం కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అందిస్తున్న సహాయ సహకారాలను పేద విద్యార్థులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. జగనన్న విద్యా దీవెన కింద జిల్లాలో అక్టోబర్-డిసెంబర్ త్రైమాసికానికి సంబంధించి 35,618 మంది విద్యార్థులకు సంబంధించి 32,250 మంది తల్లుల ఖాతాల్లో రూ.23.59 కోట్లను జమ చేసినట్లు చెప్పారు. అనంతరం అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు విద్యార్థులు, వారి తల్లులకు మెగా చెక్కును అందజేశారు.

ఉన్నత చదువులకు ఊతం



నేను కర్నూలు సెయింట్ జోసెప్ డిగ్రీ కాలేజీలో బీఎస్సీ రెండో సంవత్సరం చదువుతున్నాను. మా తండ్రి వ్యవసాయం చేస్తూ కుటుంబాన్ని పోషిస్తున్నారు. అరకొరగా వచ్చే ఆదాయంతో కుటుంబమే గడవడం కష్టంగా ఉన్న సమయంలో జగనన్న విద్యా దీవెన ఆదుకుంటోంది. కాలేజీ హాస్టళ్లలో ఉన్న సమయంలో బోర్డింగ్, లాడ్జింగ్ ఖర్చుల కోసం రూ.20 వేలు ఇస్తున్నారు. నా చదువుల భారాన్ని పూర్తిగా ప్రభుత్వమే తీసుకుంది.

– యు.వినయ్

థ్యాంక్స్ టూ జగన్ సార్



నేను కర్నూలులోని సెయింట్ జోసెప్ డిగ్రీ కాలేజీలో బీఎస్సీ కంప్యూటర్ సైన్స్ చదువుతున్నాను. మా తండ్రి వృత్తిరీత్యా వ్యవసాయ దారుడు. రెండు ఎకరాల పొలంలో పండించే పంటల ద్వారా వచ్చే ఆదాయంతో కుటుంబం నడవడమే కష్టంగా ఉంది. ఇంటర్ తరువాత కాలేజీ మానేయాలని అనుకున్నా. అయితే ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ పథకం గురించి తెలుసుకొని బీఎస్సీ కంప్యూటర్‌లో కోర్సు చేస్తున్నాను. ఇప్పటికే మూడు విడతలుగా మా అమ్మ ఖాతాలో జగనన్న విద్యా దీవెన పథకం కింద నగదు జమ అయింది. ఆ డబ్బును కాలేజీలో కట్టి నేను సంతోషంగా చదువుకుంటున్నాను. థ్యాంక్స్ టూ జగన్ సార్.

–ఆర్. కిరణ్‌కుమార్, సెయింట్ జోసెప్ డిగ్రీ కాలేజీ, కర్నూలు

టీజీ భరత్ అక్రమ రిజిస్ట్రేషన్ రద్దు చేయండి

- మా స్థలాన్ని మాకు ఇప్పించండి
- లేదంటే ఆత్మహత్య చేసుకుంటాం
- నిరసన దీక్షలో బాదరయ్య కుటుంబ సభ్యులు



నిరసన దీక్షలో బాదరయ్య కుటుంబ సభ్యులు

కర్నూలు(సెంట్రల్): కర్నూలు టీడీపీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి టీజీ భరత్ అక్రమంగా చేసుకున్న రిజిస్ట్రేషన్‌ను రద్దు చేసి తమ స్థలాన్ని తమకు ఇప్పించాలని కోరుతూ మామిదాలపాడుకు చెందిన బాదరయ్య కుటుంబం నిరసన దీక్షకు దిగింది. శుక్రవారం శ్రీకృష్ణదేవరాయల సర్కిల్‌లో బాదరయ్య కుమారులు సత్యం, రాజులతోపాటు ఆయన మనువళ్లు నిరసన దీక్షకు దిగారు. ఈ సందర్భంగా బాదరయ్య కుమారులు మాట్లాడుతూ..1982లో తమ తండ్రి అయిన బాదరయ్యకు మామిదాలపాడులోని సర్వే నంబర్ 231/1సీలో 33 సెంట్ల భూమిని ప్రభుత్వం ఇచ్చిందన్నారు. ఈ భూమిని 1984లో తమ తండ్రి అమ్మడానికి రామ్మోహన్‌రావు అనే వ్యక్తికి జీపీఏ ఇచ్చారన్నారు. అయితే 1986లో తమ తండ్రి మరణించడంతో జీపీఏ రద్దు అవుతుందన్నారు. ఈ క్రమంలో 1994లో టీజీ భరత్ జీపీఏ తీసుకున్న రామ్మోహన్‌రావు తండ్రి సుబ్బారావుతో స్థలాన్ని కొనుగోలు చేశారన్నారు. అయితే టీజీ భరత్ తమ స్థలాన్ని కొనుగోలు చేసినట్లు తమకు 2020లో తెలిసిందన్నారు. కాగా, 1982 నుంచి ఇప్పటి వరకు ఆ స్థలం తమ ఆధీనంలో ఉందని, ఇటీవల టీజీ వర్గీయులు దానిని ఆక్రమించుకున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. అక్రమంగా టీజీ భరత్ కొనుగోలు చేసిన 33 సెంట్ల భూమికి సంబంధించిన రిజిస్ట్రేషన్‌ను రద్దు చేసి తమకు అప్పగించాలని, లేకపోతే తమ కుటుంబం ఆత్మహత్యచేసుకోవాల్సి ఉంటుందని వారు హెచ్చరించారు. కాగా, అనుమతి తీసుకొని నిరసన దీక్షలకు దిగిన బాదరయ్య కుటుంబ సభ్యులను పోలీసులు బలవంతంగా అక్కడి నుంచి పంపించారు.

టీజీ భరత్ అనుచరుల హల్‌చల్

టీజీ భరత్ నుంచి తమ స్థలాన్ని తమకు ఇప్పించాలని బాదరయ్య కుటుంబ సభ్యులు నిరసన దీక్షకు దిగిన విషయాన్ని తెలుసుకున్న టీజీ అనుచరులు కొందరు ధర్నా చౌక్‌లో హల్‌చల్ సృష్టించింది. బాధితులు ధర్నా కోసం టెంట్ వేయగా వారు కూడా టెంట్ వేసుకొని తమ నాయకుడిని బ్లాక్ మెయిల్ చేస్తున్నారని ప్రతిగా నిరసనకు దిగారు. ఈ క్రమంలో సాయంత్రం ధర్నా చౌక్‌లో ఉద్రిక్తత నెలకొనడంతో పోలీసులు బలవంతంగా రెండు శిబిరాలను మూయించారు.

ఎన్నికల నిర్వహణకు అంతా సిద్ధం

- సీఈఓకు తెలిపిన జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ జి.సృజన

కర్నూలు(సెంట్రల్): సాధారణ ఎన్నికల నిర్వహణకు అన్ని రకాలుగా సిద్ధంగా ఉన్నామని సీఈఓ ముఖేష్‌కుమార్ మీనాకు జిల్లా ఎన్నికల అధికారి, కలెక్టర్ డాక్టర్ జి.సృజన వివరించారు. శుక్రవారం సాయంత్రం విజయవాడ నుంచి అన్ని జిల్లాల ఎన్నికల అధికారులు, ఇతర అధికారులతో ఎన్నికల సన్నద్ధతపై సీఈఓ ముఖేష్‌కుమార్ మీనా వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లాలోని పరిస్థితులను కలెక్టర్ వివరించారు. ఎన్నికల నిర్వహణకు ప్రణాళికా బద్ధంగా చర్యలు తీసుకుంటున్నామన్నారు. ఓటరు జాబితాలో మార్పులు, చేర్పులకు సంబంధించిన అన్ని అర్జీలను వేగవంతంగా పరిష్కరిస్తున్నట్లు చెప్పారు. మార్చి 10వ తేదీలోపు ఎపిక్ కార్డులను పంపిణీ చేస్తామన్నారు.

చీటింగ్ కేసులో కోట్ల ప్రధాన అనుచరుడు

- 20 రోజులుగా పరారీ



గుమ్మకొండ సర్పంచ్ దశరథరామి రెడ్డి

డోన్: తెలుగుదేశం పార్టీ డోన్ అభ్యర్థి కోట్ల సూర్యప్రకాష్‌రెడ్డి ప్రధాన అనుచరుడైన గుమ్మకొండ గ్రామ సర్పంచ్ బొమ్మిరెడ్డి దశరథ రామిరెడ్డిపై రూరల్ పోలీసు స్టేషన్‌లో చీటింగ్ కేసు నమోదైంది. ఫిబ్రవరి 8వ తేదీన కేసు నమోదు కాగా పోలీసుల అరెస్ట్ నుంచి తప్పించుకునేందుకు ఆరోజు నుంచి పరారీలో ఉన్నాడు. పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. దశరథరామిరెడ్డి తన వద్ద ఉన్న రెండు హిటాచీ మిషన్లను తెలంగాణ రాష్ట్రం నల్గొండ జిల్లా చింతలపాలెం మండలం వలటూరు గ్రామానికి చెందిన పరిమి నరసింహారావుకు రూ.11 లక్షలకు విక్రయించేటట్లు ఒప్పందం చేసుకుని రూ.5 లక్షలు అడ్వాన్సుగా తీసుకున్నాడు. అయితే మూడు నెలలుగా హిటాచీలు అప్పగించకుండా, తీసుకున్న అడ్వాన్స్ తిరిగి ఇవ్వకుండా బెదిరింపులకు పాల్పడ్డాడు. ఫిబ్రవరి 8వ తేదీన మండలంలోని చనుగొండ్ల గ్రామం వద్ద గల గ్రానైట్ గనిలో నరసింహారావు ఉండగా దశరథరామిరెడ్డి, బషీర్‌బాషా కలసి నానా దుర్భాషలాడుతూ దాడికి ప్రయత్నించాడు. బాధితుడి ఫిర్యాదు మేరకు ఇద్దరిపై 420, 506 సెక్షన్‌ల కింద కేసు నమోదు చేసినట్లు రూరల్ పోలీసులు తెలిపారు. కాగా అప్పటి నుంచి నిందితుడు పరారీలో ఉన్నాడు.

డోన్‌లో టీడీపీ ఫ్లాప్ షో!



కృష్ణగిరి మండలం చుంచుఎర్రగుడి నుంచి డోన్‌కు వెళ్తున్న టీడీపీ కార్యకర్తలు

డోన్: టీడీపీ అభ్యర్థి కోట్ల సూర్యప్రకాష్‌రెడ్డి డోన్ పట్టణంలో శుక్రవారం నిర్వహించిన ర్యాలీకి స్పందన కరువైంది. నియోజకవర్గంలో కార్యకర్తలు రాకపోవడంతో పత్తికొండ, తుగ్గలి, దేవనకొండ, ఆలూరు, ఆస్పరి, కోడుమూరు, కృష్ణగిరి, గూడూరు, వెల్దుర్తి, కర్నూలు, కల్లూరు తదితర మండలాల నుంచి జనాలను తరలించారు. పట్టణంలో ప్రదర్శన అనంతరం మధు ఫంక్షన్ హాల్‌లో నిర్వహించిన సభలో విభేదాలు బట్టబయలు అయ్యాయి. నంద్యాల పార్లమెంట్ నియోజకవర్గ పరిధిలో పాణ్యం నియోజకవర్గ అభ్యర్థి గౌరు చరిత తప్ప ఏ ఒక్క ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి డోన్ సభకు హాజరు కాలేదు. పార్టీ నంద్యాల జిల్లా అధ్యక్షుడు మల్లెల రాజశేఖర్ సహా ఆ జిల్లా నాయకులు ఎవరూ సభలో కనిపించలేదు.

శివ స్వాములకు స్పర్శ దర్శనం



ప్రత్యేక క్యూలైన్ ద్వారా మల్లన్న స్పర్శ దర్శనానికి వెళ్తున్న జ్యోతిర్ముడి కలిగిన శివస్వాములు

శ్రీశైలంటెంపుల్: మహాశివరాత్రి పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకుని శివమాల ధరించిన శివస్వాములకు శ్రీశైల దేవస్థానం మల్లన్న స్పర్శ దర్శన భాగ్యం కలిÂ్పంచింది. శుక్రవారం నుంచి ఈ నెల 5వ తేదీ వరకు ప్రతిరోజు విడతల వారీగా జ్యోతిర్ముడి కలిగిన శివస్వాములకు మల్లన్న స్పర్శ దర్శనాన్ని కల్పిస్తున్నారు. శివస్వాములకు ప్రత్యేకంగా చంద్రావతి కల్యాణ మండపం నుంచి క్యూలైన్ ఏర్పాటు చేసి దర్శన సౌకర్యాన్ని కల్పిస్తున్నారు. చంద్రావతి కల్యాణ మండపంలో 4 కంపార్ట్‌మెంట్లను ఏర్పాటు చేసి శివస్వాములకు అల్పాహారం, తాగునీరు, టాయిలెట్స్ సౌకర్యాలను కల్పించారు. అలాగే ప్రత్యేక క్యూలైన్ ఏర్పాటు చేసి మల్లన్న స్పర్శ దర్శనాన్ని కల్పిస్తున్నారు.

మహిళల కోసం వనిత డిపాజిట్ పథకం



వనిత డిపాజిట్ పథకాన్ని ప్రారంభిస్తున్న చైర్‌పర్సన్ విజయమనోహరి

కర్నూలు(అగ్రికల్చర్): అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని వనిత డిపాజిట్ పథకాన్ని అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చినట్లు ఉమ్మడి కర్నూలు జిల్లా సహకార కేంద్రబ్యాంకు చైర్‌పర్సన్ ఎస్వీ విజయమనోహరి తెలిపారు. శుక్రవారం డీసీసీ బ్యాంకులోని తన చాంబర్‌లో చైర్‌పర్సన్ మాట్లాడుతూ 545 రోజుల డిపాజిట్‌లపై ఆకర్షణీయమైన వడ్డీ రేట్లు ఇస్తున్నామన్నారు. సీనియర్ సిటిజన్‌లకు 8.50 శాతం(ఎఫెక్టివ్ రేటు 8.97 శాతం), 60 ఏళ్లలోపు వారికి 8 శాతం(ఎఫెక్టివ్ రేటు 8.44 శాతం) అందిస్తున్నట్లు చెప్పారు. డిపాజిటర్లకు పూర్తి భద్రతతో డిపాజిట్ ఇన్సూరెన్స్ గ్యారంటీ సదుపాయం రూ.5 లక్షల వరకు ఉంటుందన్నారు. ఈ డిపాజిట్ స్కీమ్ ఈ నెల 1 నుంచి 11వ తేదీ వరకు మాత్రమే ఉంటుందని, మహిళలకు ప్రత్యేకంగా అమలు చేస్తున్న ఈ పథకాన్ని పెద్ద ఎత్తున ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలన్నారు. కార్యక్రమంలో సీఇవో విజయకుమార్, జీఎం పి.రామాంజనేయులు, డైరెక్టర్ వెంకటరమణారెడ్డి, డీజీఎంలు సునీల్‌కుమార్,నాగిరెడ్డి, ఉమామహేశ్వరరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. అంతకుముందు చైర్‌పర్సన్ ఎస్వీ విజయమనోహరి పుట్టిన రోజును పురస్కరించుకొని కేక్ కట్ చేశారు.

ఘాట్‌రోడ్డులో ప్రమాదం



ఆత్మకూరు: ఆత్మకూరు-దోర్నాల రహదారిలో నల్లమల ఘాట్‌లోని రోళ్ల పెంట మలుపు వద్ద శుక్రవారం శ్రీశైలం నుంచి ఆత్మకూరుకు వస్తున్న ఆర్టీసీ బస్సు, కర్నూలు నుంచి విజయవాడకు వెళ్తున్న లారీ ఢీకొన్నాయి. ఈ ప్రమాదంలో బస్సులో కొందరు ప్రయాణికులకు స్వల్పగాయాలయ్యాయి. బస్సు డ్రైవర్ చాకచక్యంగా బస్సును మలుపు వద్ద తప్పించడంతో చిన్న ప్రమాదంతో బయటపడ్డారు. ఈ ప్రమాదంతో 2 గంటల పాటు వాహనాలు నిలిచిపోయాయి. అనంతరం ఆత్మకూరు పోలీసులు సంఘటనా స్థలానికి వెళ్లి లారీని తప్పించి ట్రాఫిక్‌ను క్రమబద్ధీకరించారు.

బీఐఎస్ హాల్‌మార్క్ వస్తువులనే కొనుగోలు చేయాలి

- సర్పంచుల వర్క్‌షాప్‌లో జెడ్పీ సీఈఓ నాసరరెడ్డి



మాట్లాడుతున్న జెడ్పీ సీఈఓ జి. నాసరరెడ్డి

కర్నూలు(న్యూటౌన్): బ్యూరో ఆఫ్ ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్ (బీఐఎస్) హాల్ మార్క్ ఉండే వస్తువులను మాత్రమే గ్రామ పంచాయతీల్లో కొనుగోలు చేయాలని జిల్లా పరిషత్ సీఈఓ జి. నాసరరెడ్డి అన్నారు. శుక్రవారం జెడ్పీలోని డీపీఆర్‌సీ భవనంలో సర్పంచులు, పంచాయతీ కార్యదర్శులకు శిక్షణ కార్యక్రమం ముగిసింది. ఈ సందర్భంగా జెడ్పీ సీఈఓ మాట్లాడుతూ బీఐఎస్‌పై ప్రతి ఒక్కరూ అవగాహన పెంచుకోవాలన్నారు. గ్రామ పంచాయతీల్లో ప్రజల అవసరాల కోసం కొనుగోలు చేసే సిమెంట్, స్టీల్, వ్యవసాయ పనిముట్లు, స్టేషనరీ, ఎలక్ట్రికల్ కేబుల్స్, పీవీసీ పైప్స్, మాస్కులు, గ్యాస్ స్టవ్, ప్రెజర్ కుక్కర్ తదితర వస్తువులకు తప్పనిసరిగా బ్యూరో ఆఫ్ ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్ హాల్ మార్క్ ఉండేలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలన్నారు. వస్తువుల కొనుగోలు, వ్యాలిడిటీ తదితర ముఖ్యమైన అంశాలను బీఐఎస్ కేర్ యాప్ ద్వారా అవగాహన పెంచుకోవాలన్నారు. కార్యక్రమంలో బీఐఎస్ రిసోర్స్ పర్సన్ (విజయవాడ) సాయి కౌశిక్, డిస్ట్రిక్ట్ లింక్ ఆఫీసర్ వెంకటరత్నం, ట్రైనింగ్ మేనేజర్ గిడ్డేష్, రాజవర్ధన్ పాల్గొన్నారు.

వైభవోపేతం..స్వాతి మహోత్సవం



ప్రత్యేక అలంకరణలో ఉత్సవమూర్తులు



సుదర్శన హోమం నిర్వహిస్తున్న దృశ్యం

ఆళ్లగడ్డ: ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రమైన అహోబిలంలో స్వాతి నక్షత్ర వేడుకలు శుక్రవారం వైభవోపేతంగా నిర్వహించారు. వేకువజామున శ్రీ లక్ష్మీనరసింహస్వామి అమ్మవార్లకు సుప్రభాత సేవతో మేల్కొలిపి ప్రత్యేక పూజలు జరిపారు. ఉత్సవ మూర్తులైన శ్రీదేవి, భూదేవి సహిత శ్రీ ప్రహ్లాదవరదస్వాములను కొలువుంచి అర్చన, అభిషేకం చేశారు. అనంతరం స్వామి, అమ్మవార్లను నూతన పట్టువస్త్రాలతో అలంకరించి భక్తులకు దర్శన భాగ్యం కల్పించారు. పండితుల మంత్రోచ్ఛారణల మధ్య మంగళవాయిద్యాలతో సుదర్శన హోమాన్ని భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించారు. పూర్ణాహుతితో కార్యక్రమాన్ని ముగించారు. వేడుకల్లో ప్రభుత్వ సలహాదారు గంగుల ప్రభాకర్‌రెడ్డి దంపతులు, ఎమ్మెల్యే గంగుల బిజేంద్రారెడ్డి పాల్గొన్నారు.

ప్రధానోపాధ్యాయురాలి సస్పెన్షన్

బనగానపల్లె రూరల్: బనగానపల్లె పట్టణంలోని కొండపేట జెడ్పీ బాలుర ఉన్నత పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు ఆర్ జానకిని ఉన్నతాధికారుల ఆదేశాల మేరకు సస్పెండ్ చేసినట్లు ఎంఈఓ స్వరూప తెలిపారు. ఇంటి నిర్మాణ పనులకు విద్యార్థులను ఉపయోగించినట్లు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ కావడంతో ఈ మేరకు చర్యలు తీసుకున్నట్లు చెప్పారు. త్రీమెన్ కమిటీ పరిశీలన అనంతరం తదుపరి ఆదేశాలు వచ్చే వరకు సస్పెండ్ కొనసాగుతుందని, అంతవరకు పాఠశాలలో సీనియర్ ఉపాధ్యాయుడు నాగరాజుకు ఇన్‌చార్జ్ బాధ్యతలు నిర్వర్తిస్తారన్నారు.

ఉపాధ్యాయుడి సస్పెన్షన్

కౌతాళం: స్థానిక జెడ్పీ పాఠశాలలో ఇంగ్లిష్ టీచర్‌గా పనిచేస్తున్న భీమన్నను సస్పెండ్ చేస్తూ జిల్లా విద్యా శాఖాధికారి శామ్యూల్ శుక్రవారం ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. బాలికల పట్ల అసభ్యకరంగా ప్రవర్తిస్తున్నడని ఫిర్యాదు రావడంతో విచారణ చేశారు. విచారణలో నిజమని తేలడంతో ఈ మేరకు ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. గతంలో కూడా ఈ ఉపాధ్యాయుడిపై విద్యార్థినుల తల్లిదండ్రులు ఫిర్యాదు చేయడంతో గత ఏడాది నవంబర్ 8న సస్పెండ్ చేశారు. అయినా ఆయన పద్ధతిలో మార్పు రాక పోవడంతో గమనార్హం.

నల్లమల మీదుగా మల్లన్న చెంతకు!



నల్లమల అటవీప్రాంతంలో పాదయాత్రగా వస్తున్న భక్తులు





కైలాసద్వారం వద్దకు పాదయాత్రగా చేరుకుంటున్న భక్తులు

శ్రీశైలంటెంపుల్: ఓం హరోం హరా, శంభో శంకరా, ఓం నమఃశివాయ అంటూ భక్తుల శివనామ స్మరణతో నల్లమల గిరులు మారుమోగుతున్నాయి. మహాశివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాలను పురస్కరించుకుని శ్రీశైల మల్లన్న చెంతకు పాదయాత్రగా భక్తులు అటవీ మార్గంలో చేరుకుంటున్నారు. బ్రహ్మోత్సవాల మొదటి రోజు శుక్రవారం పలువురు శివస్వాములు, సాధారణ భక్తులు నల్లమలలో పాదయాత్ర చేసుకుంటూ శ్రీగిరి చేరుకున్నారు. ఆత్మకూరు సమీపంలోని వెంకటాపురం నుంచి ప్రారంభమయ్యే పాదయాత్ర అక్కడి నుంచి గోసాయి కట్ట వీరాంజనేయస్వామి గుడి, నాగలూటి వీరభద్రస్వామి దేవాలయం, దామెర్లకుంట, పెద్దచెరువు, మఠం బావి, భీమునికొలను, కైలాసద్వారం అక్కడి నుంచి హఠకేశ్వరం, సాక్షి గణపతి మీదుగా శ్రీశైలం చేరుకుంటారు. మొత్తం నల్లమల అటవీప్రాంతంలో నడవాల్సి ఉంటుంది. కొండలు, గుట్టలు, వాగులు, వంకలలో నడుచుకుంటూ శ్రీగిరి చేరుకుంటారు. వృద్ధులు, మహిళలు సైతం అటవీప్రాంతంలో మొత్తం 40కిలోమీటర్లు పాదయాత్రగా శ్రీగిరికి చేరుకుంటున్నారు.

దేవస్థానం ఏర్పాట్లు

పాదయాత్రగా తరివచ్చే భక్తుల సౌకర్యార్థం దేవస్థానం విస్తృత ఏర్పాట్లు చేసింది. కైలాసద్వారం నుంచి భీమునికొలను మెట్ల మార్గం వరకు పైప్ లైన్ ఏర్పాటు చేసి తాగునీటిని సరఫరా చేస్తుంది. అలాగే పెద్దచెరువు, నాగలూటి, మఠం బావి ప్రాంతాలకు ట్యాంకర్ల ద్వారా తాగునీటిని సరఫరా చేస్తున్నారు. కైలాస ద్వారం వద్ద భక్తులు సేదతీరేందుకు భారీ షెడ్లు ఏర్పాటు చేశారు. తాగునీటి ట్యాంకులను ఏర్పాటు చేశారు. అలాగే దేవస్థానం అన్నప్రసాద భవనం నుంచి పాదయాత్ర భక్తులకు అన్నప్రసాద వితరణ చేస్తున్నారు.కైలాస ద్వారం వద్ద జనరేటర్ సహాయంతో విద్యుత్ సౌకర్యాన్ని కల్పించారు.

లైఫ్@360

హెల్త్ టిప్స్



గుడ్డులోని తెల్లసొనను తినడం వల్ల అధిక రక్తపోటును నియంత్రించుకోవచ్చు. దీన్ని తినడం వల్ల అన్ని రకాల గుండె సమస్యలను దూరం చేస్తుంది. ఈ క్రమంలో మీరు రోజూ తినే ఆహారంలో గుడ్డును చేర్చుకోవచ్చు.



బాదం నూనెలో నిమ్మరసం కలిపి రాసుకుంటే చుండ్రు పోతుంది. ఒక గిన్నెలో కొద్దిగా బాదం నూనెను తీసుకొని.. అందులో కొద్దిగా నిమ్మ రసాన్ని మిక్స్ చేసి.. ఆ తర్వాత జుట్టుకు అప్లై చేయాలి. అలా కొద్దిసేపు చేతులతో తలపై మసాజ్ చేయాలి. మసాజ్ చేసిన తర్వాత అవసరమైతే.. గంట తర్వాత లేదా మరుసటి రోజు షాంపూతో మసాజ్ చేయాలి. ఇలా చేయడం వల్ల జుట్టు వేగంగా పెరుగుతుంది.



నిద్ర లేచిన తర్వాత మీకు మెడ నొప్పిగా అనిపిస్తే.. నొప్పి ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో ఐస్ ప్యాక్ లేదే చల్లని నీటిలో నింపిన క్లాత్ ను వేసి అద్దాలి. అలా చేయడం వల్ల మెడ కండరాల వాపు తగ్గుతుంది. దీంతో పాటు హీట్ ప్యాక్ ను ఉపయోగించవచ్చు. ఇది కూడా మెడ కండరాల నొప్పిని తగ్గిస్తుంది.

మెడ నొప్పిగా ఉన్న వాళ్లు చేతులతో మెడను నెమ్మదిగా మసాజ్ చేయాలి. అలా చేయడం వల్ల కండరాలు సర్దుకొని నొప్పి తగ్గే అవకాశం ఉంది. మసాజ్ చేసే సమయంలో కొబ్బరి లేదా నువ్వుల నూనె ఉపయోగిస్తే మేలు జరుగుతోంది. మెడ నొప్పిని నివారించేందుకు మీరు రాత్రిళ్లు బోర్లా పడుకోకుండా ఉంటే చాలు.

మంచి అలవాట్లు మెరుగైన ఆరోగ్యం



మంచి అలవాట్లు మన జీవితాలను మెరుగుపరుస్తాయి అని స్టీఫెన్ కోవీ తన '7 హ్యాబిట్స్ ఆఫ్ హైలీ ఎఫెక్టివ్ పీపుల్'లో చెప్పాడు. అదే సూత్రం ఆరోగ్యానికి కూడా వర్తిస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు జీవనశైలి మన ఆరోగ్యాన్ని, శక్తి స్థాయులని, పని చేసే సామర్థ్యాన్ని మెరుగుపరచడంతోపాటు జీవన శైలి వ్యాధులను నివారించడంలో కూడా తోడ్పడతాయి. ఇంతకీ ఆ అలవాట్లేమిటో తెలుసుకుందామా... ఎవరినైనా సరే, ఆరోగ్యవంతంగా తీర్చిదిద్దే కొన్ని అలవాట్లు...

రోజును ముందుగానే ప్రారంభించటం...

తొందరగా నిద్ర లేవాలి, తొందరగా నిద్రపోవాలి అనే సూత్రాన్ని చాలామంది పాటిస్తుంటారు. అయితే ఈ సూత్రాన్ని పని చేసే రోజుల్లోనే అంటే వర్కింగ్ డేస్‌లో మాత్రమే పాటిస్తూ, సెలవ రోజుల్లో పక్కన పెట్టేస్తారు. అలా కాకుండా వారాంతాల్లోనూ, సెలవు రోజుల్లో కూడా సాధ్యమైనంత వరకు త్వరగా నిద్రలేచి త్వరగా మన దినచర్యను ప్రారంభించే అలవాటు స్వీయ క్రమశిక్షణకు చిహ్నం. అంతేకాదు, తొందరగా నిద్రలేవడం వల్ల రోజంతా ఉత్సాహంగా ఉండగలుగుతారని అనేక పరిశోధనల్లో రుజువైంది కూడా.

శుద్ధి చేసిన చక్కెరకు నో చెప్పండి

చక్కెరలో ఎటువంటి పోషకాలు లేవు. ఎందుకంటే ఇది ప్రాసెసింగ్ ద్వారా వెళుతుంది. ప్రాసెస్ చేసిన చక్కెరను అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల మీ శరీరంలోని ముఖ్యమైన పోషకాలు క్షీణించడం ప్రారంభిస్తాయి. బదులుగా మినరల్ షుగర్, పామ్ షుగర్, బెల్లం లేదా తేనెకు మారడం మంచిది.

సముద్రపు ఉప్పుకు మారండి

చిప్స్, బర్గర్‌ల నుండి వేపుళ్ల వరకు ప్రతిదీ ఉప్పుతో నిండి ఉంటుంది. వాటిని చాలా రుచికరమైనదిగా చేస్తుంది. మీ ఆహారంలో ఎక్కువ ఉప్పు తీసుకోవడం వల్ల రక్తపోటు, మూత్రపిండాల్లో రాళ్లు, డీహైడ్రేషన్, హైపర్‌టెన్షన్, కడుపు క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశాలు పెరుగుతాయి. అందువల్ల అయోడైజ్డ్ సాల్ట్‌కు బదులు సముద్రపు ఉప్పు, రాక్ సాల్ట్ లేదా హిమాలయన్ పింక్ సాల్ట్‌కి మారండి, ఇవి ఆరోగ్యకరమైనవి.

ఆరోగ్యకరమైన అల్పాహారం

అల్పాహారం తీసుకోవడం అనేది రోజులో అత్యంత ముఖ్యమైన విషయం.. మీకు ఉదయం సమయం లేకపోతే, ఏదైనా పండ్లు లేదా కొన్ని గింజలను అయినా తీసుకోవచ్చు, ఆ తర్వాత పనిలో తినగలిగే అల్పాహారాన్ని ప్యాక్ చేసుకుని తీసుకెళ్లి తినాలి. అంతేకానీ, మొత్తంగా బ్రేక్ ఫాస్ట్‌ను బ్రేక్ చేయద్దు.

కనీస వ్యాయామం

ప్రతి ఒక్కరూ వ్యాయామం చేయలేరు. కానీ ఫిట్‌గా ఉండటానికి ట్రిక్ యాక్టివ్‌గా ఉండటమే. ఫిట్‌గా ఉండేందుకు రోజుకు పదివేల అడుగులు వేయడం సరైనదని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. మన కదలికలు తగినంతగా లేకపోతే, మనలో చురుకుదనం లోపిస్తుంది. కొవ్వు పేరుకునిపోతుంది. అందువల్ల భోజనం చేసిన తర్వాత కొద్దిసేపు నడిచేందుకు ప్రయత్నించండి. అదేవిధంగా తక్కువ దూరాలను చేరుకునేందుకు వాహనాలను ఉపయోగించడానికి బదులు నడిచి వెళ్లే అలవాటు చేసుకోవడం మంచిది.

మంచి నిద్ర

శరీర సాధారణ పనితీరును, నాడీ వ్యవస్థను పునరుద్ధరించడానికి సహాయపడేవాటిలో నిద్ర కీలకమైనది.. నిద్ర లేకపోవడం వల్ల జీవనశైలిని నేరుగా ప్రభావితం చేసే మగత, అలసట, ఏకాగ్రత కోల్పోవడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. నిద్ర లేమి మెదడుపై నియంత్రణను కోల్పోయేలా చేస్తుంది. అందువల్ల రోజూ కనీసం 6 నుంచి 8 గంటల నిద్ర పోవడం అవసరం. ఒక వేళ మీకు నిద్ర పట్టని సమస్య ఉంటే, ఏదైనా పుస్తకాన్ని చదవడం, చక్కటి సంగీతాన్ని వినడం, ధ్యానం చేయడం ద్వారా నిద్రపోయేందుకు ప్రయత్నించాలి. అప్పటికీ ఫలితం లేకపోతే వైద్య సహాయం తీసుకోవాలి.

నవ్వుతూ ఉండటం

మిమ్మల్ని మీరు పాజిటివ్ వైబ్స్‌తో నింపుకోవడానికి ఇదే సులభమైన పద్ధతి. నవ్వు లేని జీవితం శూన్యం. నవ్వు ఎండార్ఫిన్‌ల విడుదలను ప్రేరేపిస్తుంది. ఇది మానసిక స్థితిని పెంచుతుంది. ఒత్తిడి, ఆందోళన నిరాశను తగ్గిస్తుంది. అందుకే నవ్వండి, ఆరోగ్యంగా ఉండండి!

ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని తినడం

రోజువారీ ఆహారంలో వివిధ రకాలైన పండ్లు, ఆకు కూరలు, మొలకలు, పప్పులు, మాంసం, పౌల్ట్రీ ఫుడ్, సీ ఫుడ్ ఉండాలి. మీ ఆహారంలో ప్రోటీన్లు, ఫైబర్లు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు ఎక్కువగానూ, కార్బోహైడ్రేట్లు, క్యాలరీలు తక్కువగానూ ఉండేలా చూసుకోవాలి.అలాగే, మీరు మీ ఆహారాన్ని ఎలా తింటారు లేదా నమలాలి అనేది కూడా ముఖ్యమైన భాగం. ఆహారం జీర్ణం కావాలంటే 20-30 సార్లు నమలాలి.

బాగా నీరు తాగడం

మన శరీరంలోని ప్రతి కణం, కణజాలం, ప్రతి అవయవానికి అవసరమైన మొత్తంలో నీరు తాగటం అవసరం. ఇతర పానీయాల కంటే తాగునీరు ఎల్లప్పుడూ మంచి ఎంపిక. హైడ్రేటెడ్ గా ఉండటానికి మీతో ఒక చిన్న వాటర్ బాటిల్ ఉంచుకోవడం అవసరం. ప్రతి అరగంటకు ఒకసారి కొన్ని గుక్కల నీరు తాగడం మంచిది.

టీ/కాఫీ తీసుకోవడం తగ్గించండి

పనిలో అనేక కప్పుల ప్రాసెస్ చేయబడిన కెఫిన్ తీసుకోవడం అనారోగ్యకరమైన అలవాట్లలో ఒకటి. మిల్క్ పౌడర్, పంచదార, పైగా ఉడికించిన టీ, రెడీ మిక్స్ కాఫీ, అన్నీ క్యాలరీలతో నిండి ఉన్నాయి. అందువల్ల పూర్తిగా మానేయనక్కర లేదు కానీ పరిమితంగా తీసుకోవడం మంచిది.

పరిశుభ్రత పాటించడం

నోటిని శుభ్రంగా ఉంచుకోవడం, క్రమం తప్పకుండా స్నానం చేయడం, ఇంటిని, వంటిని, పరిసరాలనూ పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవడం వంటి చిన్న అలవాట్లు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటమే కాకుండా మీ సామాజిక జీవితాన్ని కూడా మెరుగుపరుస్తాయి.

వేసవి వచ్చేసింది... వేడితో అనేక సమస్యలు ఎదురవుతాయి. అన్నం తినాలనిపించదు, తినకపోతే ఆకలి. డీహైడ్రేషన్ సమస్యలు తప్పవు. అయితే వేసవిలో ముడిపడి ఉండే ఇటువంటి సమస్యలకు బార్లీనీళ్లతో చెక్ పెట్టొచ్చు. కేవలం వేసవి సమస్యలకే కాదు... అనేక ఆరోగ్య సమస్యలకు బార్లీ బాగా పని చేస్తుంది. అదెలాగో చూద్దాం...

బార్లీతో బోలెడన్ని సమస్యలు దూరం

పూర్వం ఎవరికైనా జ్వరం వచ్చిందంటే నీరసం నుంచి కోలుకోవడానికి బార్లీ నీళ్లు, సగ్గుజావ తాగించేవాళ్లు పెద్దలు. ఇప్పుడు కూడా బార్లీ కనిపిస్తోంది కానీ, అక్కడక్కడా... అప్పుడప్పుడూ మాత్రమే. కేవలం జ్వరంలోనే కాదు, వేసవిలో బార్లీ వాడకం చాలా మంచిది. అదెలాగో చూద్దాం...



➡ **వే**సవిలో తిన్నది అరగక పోవడం సాధారణ సమస్య. అలాంటప్పుడు బార్లీ నీళ్లు తాగితే చాలా మంచిది. జీర్ణాశయం కూడా చాలా శుభ్రపడుతుంది. అజీర్తి దూరమవుతుంది ➡ **పి**ల్లలకు బార్లీ నీళ్లు తాగిస్తే మంచి ఫలితం ఉంటుంది. మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు దరి చేరవు. ఎండల ప్రభావం పడకుండా ఉండాలన్న, వడదెబ్బ తగలకుండా ఉండాలన్న ఈ నీళ్లు తాగాల్సిందే ➡ **మ**ధుమేహులకు కూడా బార్లీ చాలా మేలు చేస్తుంది. రక్తంలోని చక్కెర స్థాయులను అదుపులో ఉంచుతుంది. ఇన్సులిన్ కూడా అదుపులోనే ఉంటుంది ➡ **ఇ**క గర్భిణులు రోజూ బార్లీనీళ్లు తాగితే మరీ మంచిది. కాళ్ల వాపు సమస్య వారి దరిచేరదు. రోజులో ఉదయం, సాయంత్రం బార్లీ నీళ్లు తాగితే బిడ్డ ఆరోగ్యం కూడా బాగుంటుంది. అలసట కూడా త్వరగా రాదు ➡ **బ**రువు తగ్గాలనుకునే వారికి కూడా బార్లీ నీళ్లు బాగా ఉపయోగపడతాయి. రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ శాతాన్ని తగ్గిస్తాయి. దీని ద్వారా గుండె సంబంధిత వ్యాధులు దూరంగా ఉంటాయి. రక్తపోటును కూడా అదుపులో ఉంచుతాయి ➡ **మ**హిళలను తరచూ బాధించే ప్రధాన సమస్య మూత్రనాళ ఇన్ఫెక్షన్. ఈ సమస్యను దూరం చేసుకోవాలంటే ఉదయాన రోజూ గ్లాసుడు బార్లీ నీళ్లు తాగితే మంచి ఫలితం ఉంటుంది. మూత్రంలో ఇన్ఫెక్షన్లు కలిగే కారకాలు, వ్యర్థాలు బయటికి పోతాయి. సూక్ష్మమైన రాళ్లు కూడా కరిగిపోతాయి.

సినిమా

ధ్రువ్‌కు జోడీగా..?



● అనుపమా పరమేశ్వరన్

తమిళ స్టార్ హీరో విక్రమ్ తనయుడు ధ్రువ్ విక్రమ్, హీరోయిన్ అనుపమా పరమేశ్వరన్ జోడీగా కనిపించనున్నారా? అంటే అవుననే అంటున్నాయి కోలీవుడ్ వర్గాలు. ధ్రువ్ విక్రమ్ హీరోగా మారి సెల్వరాజ్ దర్శకత్వంలో ఓ స్పోర్ట్స్ డ్రామా తెరకెక్కనుంది. కబడ్డీ ప్లేయర్ మానతీ గణేశన్ జీవితం ఆధారంగా ఈ సినిమా తెరకెక్కనుందనే టాక్ వినిపిస్తోంది. కాగా ఈ సినిమాలోని హీరోయిన్ పాత్రకు అనుపమా పరమేశ్వరన్‌ను తీసుకున్నారట. అనుపమాకి ఇటీవల మారి సెల్వరాజ్ ఈ కథను వినిపించగా, ఈ బ్యూటీ ఆల్మోస్ట్ గ్రీన్‌సిగ్నల్ ఇచ్చారని కోలీవుడ్ టాక్. మరి.. ధ్రువ్ విక్రమ్‌కు జోడీగా అనుపమా పరమేశ్వరన్ కనిపిస్తారా? లెట్స్ వెయిట్ అండ్ సీ. ఇక ఈ సినిమా చిత్రీకరణ ఈ నెల 15న తమిళనాడులోని తూత్తుకుడిలో ప్రారంభం కానుందని సమాచారం.

జస్ట్ సూపర్ మేన్.. అంతే!

''కథ రాయడం మొదలుపెట్టి, తొలి డ్రాఫ్ట్ పూర్తి చేసేవరకూ నా సినిమాకు 'సూపర్‌మేన్: లెగసీ' అనే టైటిల్‌నే అనుకున్నాను. కానీ ఫైనల్ డ్రాఫ్ట్ పూర్తి చేశాక 'లెగసీ'ని వదిలేద్దామని నిర్ణయించుకున్నాను. ఇప్పుడు నా సినిమా టైటిల్ జస్ట్ 'సూపర్‌మేన్'... అంతే. మా ఈ సూపర్‌మేన్ వచ్చే ఏడాది జూలై 11న మీ ముందుకు వస్తాడు'' అని సామాజిక మాధ్యమాల ద్వారా దర్శకుడు జేమ్స్ గన్ పేర్కొన్నారు. సూపర్‌మేన్ క్యారెక్టర్‌తో ఇప్పటివరకూ 'సూపర్‌మేన్' ఫ్రాంచైజీలను నిర్మించిన డీసీ స్టూడియోస్ తాజా సూపర్‌మేన్ చిత్రాన్ని నిర్మించనుంది. అయితే సూపర్‌మేన్‌ని కొత్త రకంగా చూపించనున్నారు జేమ్స్ గన్. ఇప్పటివరకూ వచ్చిన చిత్రాల్లో సూపర్‌మేన్ ధరించిన సూట్‌కి భిన్నంగా తాజా చిత్రంలోని సూపర్‌మేన్ సూట్ ఉంటుందట. కాగా ఈ మధ్యకాలంలో సూపర్‌మేన్ అంటే నటుడు హెన్రీ కవిల్ గుర్తొస్తారు. 2013 నుంచి 2021 వరకూ డీసీ స్టూడియోస్ నిర్మించిన సూపర్‌మేన్ చిత్రాల్లో టైటిల్ రోల్‌లో అద్భుతంగా ఒదిగిపోయారు హెన్రీ. కానీ, తాజా చిత్రంలో ఈ పాత్రను డేవిడ్ కోరెన్స్‌వెట్ చేయనున్నారు. ''సూపర్‌మేన్ జీవితంలోని పూర్వ భాగంపై ఈ చిత్రం ఉంటుంది. ఈ పాత్రను హెన్రీ కవిల్ చేయలేడు. అందుకే డేవిడ్ కోరెన్స్‌వెట్‌ని తీసుకున్నాం'' అని జేమ్స్ గన్ పేర్కొన్నారు. ఇదిలా ఉంటే... ఇప్పటి వరకూ మూడు నాలుగు చిత్రాల్లో మాత్రమే నటించిన 30 ఏళ్ల డేవిడ్ కోరెన్స్‌వెట్‌కి 'సూపర్‌మేన్' చాన్స్ రావడం అనేది గొప్ప విషయం అని హాలీవుడ్ అంటోంది.



● డేవిడ్ కోరెన్స్‌వెట్

కాశీలో క్లాప్



● తమన్నా, సంపత్ నంది

ఓదెల మల్లన్న స్వామి తన గ్రామాన్ని దుష్టశక్తుల నుంచి ఏ విధంగా రక్షిస్తాడు? అనే ప్రధాన ఇతివృత్తంతో తెరకెక్కుతున్న క్రైమ్ థ్రిల్లర్ 'ఓదెల 2'. 2022లో డైరెక్ట్‌గా ఓటీటీలో విడుదలైన 'ఓదెల రైల్వేస్టేషన్' సినిమాకు సీక్వెల్‌గా 'ఓదెల 2' తెరకెక్కుతోంది. ఇందులో తమన్నా భాటియా, హెబ్బా పటేల్, వశిష్ట ఎన్. సింహా ప్రధాన పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. అశోక్ తేజ దర్శకత్వంలో మధు క్రియేషన్స్, సంపత్ నంది టీమ్‌వర్క్స్ పై డి. మధు ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. దర్శకుడు సంపత్ నంది క్రియేటర్‌గా ఉన్న ఈ సినిమా ప్రారంభోత్సవం కాశీలో జరిగింది. రెగ్యులర్ షూటింగ్‌ని కూడా కాశీలోనే ఆరంభించారు. తొలి సీన్‌కి సంపత్ నంది క్లాప్ కొట్టారు. ''ఓదెల 2' గ్రామం చుట్టూ కేంద్రీకృతమై, సంస్కృతి, సంప్రదాయాలతో పాటు ఓదెల మల్లన్న స్వామి తన గ్రామాన్ని దుష్ట శక్తుల నుండి ఎలా రక్షిస్తాడనే అంశాలతో ఈ చిత్రకథ ఉంటుంది. క్యాస్టింగ్, కథ, వీఎఫ్ఎక్స్.. టోటల్‌గా మేకింగ్ పరంగా ఈ చిత్రం పెద్దగా ఉంటుంది'' అని యూనిట్ పేర్కొంది. ఈ చిత్రానికి సంగీతం: 'కాంతార' ఫేమ్ అజనీష్ లోక్‌నాథ్, కెమెరా: సౌందర్ రాజన్. ఎస్.

కొత్త పాయింట్‌తో తీశారనిపిస్తోంది

- రాజేంద్ర ప్రసాద్



● ఆయూషీ పటేల్, రాజేంద్ర ప్రసాద్, విశ్వ కార్తికేయ

విశ్వ కార్తికేయ, ఆయూషీ పటేల్ జంటగా నటించిన చిత్రం 'కలియుగం పట్టణంలో..'. రమాకాంత్ రెడ్డి దర్శకత్వంలో డా. కందుల చంద్ర ఓబుల్ రెడ్డి, జి. మహేశ్వరరెడ్డి, కాటం రమేష్ నిర్మించిన ఈ చిత్రం ఈ నెల 22న విడుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా జరిగిన ఈ సినిమా టీజర్ లాంచ్ వేడుకకు ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన రాజేంద్ర ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ– ''కలియుగం పట్టణంలో..' టైటిల్ కొత్తగా ఉంది. కొత్త పాయింట్‌తో ఈ చిత్రం రాబోతోందని అర్థం అవుతోంది. నా 'ఆ నలుగురు' సినిమాలో అప్పడాలు అమ్మి పెట్టడంలో నా గురువుగా ఆరేళ్ల వయసులోనే విశ్వ కార్తికేయ నాతో పాటు నటించాడు. ఇప్పుడు హీరోగా నటించాడు. ప్రేక్షకులు ఈ సినిమాను పెద్ద సక్సెస్ చేయాలి. ప్రస్తుతం ప్రభాస్ 'కల్కి 2898 ఏడీ' సినిమాలో ఓ రోల్ చేస్తున్నాను'' అన్నారు. ''మదర్ సెంటిమెంట్, థ్రిల్లర్ ఎలిమెంట్స్‌ను మిక్స్ చేసి ఈ సినిమా తీశారు. చిత్రా శుక్లా ఓ స్పెషల్ రోల్ చేశారు'' అన్నారు విశ్వ కార్తికేయ. ''మా చిత్రం ప్రేక్షకులకు నచ్చుతుంది'' అన్నారు రమాకాంత్ రెడ్డి. ''మా టీజర్, ట్రైలర్‌ను చూసి కథను అంచనా వేయలేరు. సినిమా అంత కొత్తగా ఉంటుంది. ఈ సినిమా చిత్రీకరణను కడపలోనే చేశాం'' అన్నారు కందుల చంద్ర ఓబుల్ రెడ్డి. ''సినిమా అంతా కడపలోనే తీయడం ఇదే తొలిసారి. కడప నుంచి ఓ మంచి నిర్మాత రాబోతున్నాడు'' అన్నారు దర్శకుడు నీలకంఠ.

ఎనిమిది భాషల్లో రికార్డు బ్రేక్

నిహార్, నాగార్జున, రగ్గా ఇఫ్తాకర్, సత్యకృష్ణ, కాశీ విశ్వనాథ్ ముఖ్య తారలుగా చదలవాడ శ్రీనివాసరావు దర్శకత్వంలో శ్రీ తిరుమల తిరుపతి వెంకటేశ్వర ఫిలిమ్స్ పై చదలవాడ పద్మావతి నిర్మించిన చిత్రం 'రికార్డు బ్రేక్'. ప్రస్తుతం సెన్సార్ కార్యక్రమాలు జరుపుకుంటున్న ఈ చిత్రం పాన్ ఇండియా స్థాయిలో 8 భాషల్లో విడుదలకు సిద్ధం అవుతోంది. ఈ సందర్భంగా ఈ సినిమాలోని 'మళ్లీ పుట్టి వచ్చినవా..' పాట లిరికల్ వీడియోను రిలీజ్ చేశారు మేకర్స్. సాబు వర్గీస్ సంగీత సారథ్యంలో వరికుప్పల యాదగిరి ఈ పాటకు లిరిక్స్ అందించి, పాడారు. ''అందరికీ నచ్చేలా మా సినిమా ఉంటుంది. ప్రేక్షకులందరికీ ఈ సినిమా కచ్చితంగా నచ్చుతుందని ఆశిస్తున్నాను'' అన్నారు చదలవాడ శ్రీనివాసరావు.



● కాశీ విశ్వనాథ్, చదలవాడ శ్రీనివాసరావు